

| Dátum  | Desiata  | HM                    | AL     | Obed  | HM  | AL                  | Olovrant   | HM                    | AL |
|--|--|-----------------------|--------|---|---|---------------------|--|-----------------------|----|
| <b>Pondelok</b><br><b>15.01.2024</b><br>4090 / 4720 / 5380 / 6447 (kJ) | Chlieb na desiatu celozrnný<br>Nátierka z tuniaka<br>Zeleninová obloha - pór<br>Čaj ovocný                                 | 55<br>20<br>8<br>150  |        | Polievka z kyslej kapusty s mäsovými g.<br>Špagety al Pomodoro s bazalkou a syr.<br>Kiwi<br>Mlieko plnotučné MP   | 189/212/23.<br>195/235/29.<br>90/150/150/<br>150/200/20.                                | 3                   | Puding vanilkový s kompót.   | 250                   | 7  |
| <b>Utorok</b><br><b>16.01.2024</b><br>4784 / 5907 / 6995 / 8671 (kJ)   | Závin makový<br>Mlieko plnotučné MP  | 60<br>150             |        | Polievka zelerová<br>Jačmenné krúčky<br>Kurací rezeň prírodný<br>Hranolky pečené v rúre *<br>Šalát mrkvový s ananásom<br>Ovocný nápoj z prírodného 100% konc. | 180/200/22.<br>15/18/21/24<br>86/102/118/<br>85/100/135/<br>60/90/90/11.<br>150/200/20. | 9<br><br><br><br>12 | Chlieb na olovrant celozrnn.<br>Nátierka maslová so strúha.<br>Zeleninová obloha - mrkva.<br>Čajovníkový čaj bez kofeín. | 55<br>20<br>12<br>150 |    |
| <b>Streda</b><br><b>17.01.2024</b><br>4833 / 6202 / 7095 / 8825 (kJ)   | Chlieb na desiatu celozrnný<br>Nátierka z bravčového mäsa.<br>Zeleninová obloha - uhorka.<br>Detský čaj čierny bez kofeín. | 55<br>20<br>13<br>150 | 3,10,7 | Polievka drotárska<br>Dukátové buchtičky s vanilkovým krém.<br>Banány<br>Detský čaj čierny bez kofeínu s citróno.   | 191/212/23.<br>220/260/32.<br>90/200/200/<br>150/200/20.                                | 3,7<br>7,3          | Pizzový rožok<br>Mlieko kakaové plnotučné  | 50<br>150             |    |
| <b>Štvrtok</b><br><b>18.01.2024</b><br>4654 / 5936 / 6853 / 8146 (kJ)  | Krupicová kaša<br>Čajovníkový čaj bez kofeín.  | 210<br>150            | 7,1    | Polievka cibuľová s tofu syrom<br>Bravčové stehno po juhoslovansky<br>Ryža dusená<br>Šalát zo sterilizovanej cvikly<br>Čaj ovocný                             | 180/200/22.<br>96/122/148/<br>110/150/17.<br>50/75/75/10.<br>150/200/20.                | 6,1,9               | Chlieb na olovrant celozrnn.<br>Maslo<br>Zeleninová obloha - parada.<br>Biela káva                                       | 55<br>15<br>19<br>150 | 7  |
| <b>Piatok</b><br><b>19.01.2024</b><br>4203 / 5333 / 6103 / 7408 (kJ)   | Chlieb na desiatu celozrnný<br>Nátierka vajcová<br>Zeleninová obloha - paprika<br>Mlieko plnotučné MP                      | 55<br>20<br>15<br>150 | 3,10,7 | Polievka sedliacka<br>Prívarok fazuľkový so zemiakmi<br>Hovädzie stehno dusené na paprike (k.<br>Chlieb k prívarku celozrnný<br>Stolová voda                  | 180/200/22.<br>140/170/20.<br>46/62/83/11.<br>40/60/80/10.<br>200/200/20.               | 9,1<br>7            | Detská výživa<br>Piškóty<br>Prírodná ovocná šťava 100.   | 150<br>20<br>150      |    |
| MŠ / I.stupeň / II.stupeň / 15-18                                      | Vedúci : <b>Janka Rapčanová</b>  |                       |        | Hlavný kuchár : <b>Viera Medved'ová</b>   |   |                     |  |                       |    |